

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4», п. Школьный

Согласовано:
школьным методическим
объединением учителей
Протокол № 1
от 19 июня 2023 г.

Утверждаю:
директор МАОУ СОШ №4
_____ В.Д. Фрик
приказ № 111б-09
от 19 июня 2023 г.



АДАПТИРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по ритмике
для обучающихся 2 класса
на 2023 – 2024 учебный год

Разработчик программы: учитель
Поморцева Наталья Валерьевна

п. Школьный
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

I. Нормативно-правовые документы:

Рабочая программа составлена в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании» от 29.12.2012г. за № 273;

-Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования (ФГОС) для обучающихся с УО (интеллектуальными нарушениями) приказ №1599 от 22.12. 2014 г.;

- адаптированная основная образовательная программа для детей с УО (интеллектуальными нарушениями) МАОУ СОШ №4;

- программа воспитания на 2021-2026 год МАОУ СОШ № 4.

Основой для разработки данной программы послужили:

примерные рабочие программы по учебным предметам и коррекционным курсам образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями. Варианты 1, 2, 2 класс, М.: Просвещение, 2023

II. Общая характеристика учебного предмета с учетом особенностей его освоения обучающимися

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции музыкально – двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов:

1) «Ритмико-гимнастические и общеразвивающие упражнения»,

2) «Музыкально –ритмические упражнения (с детскими музыкальными звучащими инструментами)»,

3) «Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»,

4) «Народные пляски и современные танцы». На каждом уроке осуществляется работа по всем четырем разделам программы. Однако в зависимости от целей и задач каждого конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению).

1.Ритмико – гимнастические (в дальнейшем РГУ) и общеукрепляющие упражнения (ОРУ) проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, прыжки с хлопками и без

них, танцевальные шаги, переноску предметов. Сюда входят упражнения на укрепление мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, специальные упражнения для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т.д. В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, динамической и статической координации. К ним относятся шаги и прыжки (ч/з обруч, скакалку), бег между предметами, повороты на пальцах. Статические упражнения можно выполнять с закрытыми глазами, стоя на двух или на одной ноге, можно использовать в заключительной фазе урока, т.к. они способствуют успокоению. В этих упражнениях развивается способность управлять телом, ориентироваться в пространстве, добиваться поставленного результата. Упражнения используются в порядке усложнения и строятся на чередовании различных музыкальных сигналов: (громкого и тихого звучания; чередования темпа (быстрого и медленного); различного по высоте звучания (движение в противоположных направлениях) и т.п. В таких упражнениях развивается быстрота реакции, совершенствуются способности дифференцировок, воспитывается наблюдательность и внимание.

2. Музыкально – ритмические упражнения с детскими музыкальными звучащими инструментами (в дальнейшем МРУ). В этом разделе работы используются детские музыкальные инструменты – ложки, погремушки, бубны, трещотки, треугольники и т.д. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводятся под счет. Вначале дети знакомятся с каждым инструментом в отдельности и его возможностями, учатся обращению с инструментами. Они упражняются в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т.д.). Такие упражнения неоднократно повторяются, их сложность постепенно нарастает, навыки обращения с инструментом и чувство ритма постепенно развиваются. Упражнения на детских музыкальных инструментах чрезвычайно полезны для развития чувства ритма, повышают внимание детей, скорость реакции, развивают способность дифференцировок на слух. По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование, создание ансамбля и оркестра. В

упражнениях со звучащими инструментами дети активно приобщаются к искусству, учатся выражать себя в нём, участвуют в совместном исполнении произведений. Это является мощным средством эстетического воспитания школьников и формирования способности активной творческой совместной деятельности. Совместное музицирование повышает внимание учащихся и чувство ответственности перед товарищами за свое участие в общем исполнении.

3. Импровизация движений на музыкальные темы и игры. В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Подобные упражнения повышают творческую активность и фантазию, побуждают учащихся включаться в коллективную деятельность, прилагать совместные усилия к решению задачи и доставляют им особую радость. В этих упражнениях преодолевается скованность учащихся, повышается способность приспособливать свои действия к имеющимся условиям и ситуациям, возрастает осознание ответственности за свои действия перед остальными учениками. Постепенно с годами дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. В подвижных и ролевых играх учащиеся получают возможность проявить свои творческие способности (перевоплощение в героев игры, сценическое движение, импровизация и т.д.).

4. Народные пляски и современные танцы. Особенно полезны народные пляски и танцы, так как приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, создают положительные эмоции. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения. Работа в этом разделе всегда порождает радость детей, помогает развитию у них эстетического чувства, способствует формированию коллективистских начал во взаимоотношениях, повышает культуру поведения. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы, сюжетные танцы. Овладевая танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение. Вместе с двигательными навыками учащиеся усваивают специальные термины: шаг польки, переменный

шаг, шаг галопа, приставной шаг и др. Подготовка к работе по этому разделу может проводиться в любой части урока, когда в занятие включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения. Разученные на уроке танцы могут быть использованы во внеурочной деятельности школьников.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки. При этом принципиально важным является положение о том, что формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются при занятиях физкультурой и музыкой. На уроках ритмики происходит дальнейшее практическое освоение этих понятий, умений и способов действия в специфической форме музыкально – ритмической деятельности.

III. Место учебного предмета в учебном плане.

На изучение ритмической культуры выделяется ., 34ч. – 2-4 кл. (по 1ч. в неделю).

IV. Описание ценностных ориентиров содержания учебного процесса.

Ценностными ориентирами выступают

- формирование общей культуры, которая обеспечивает разностороннее развитие личности обучающихся;
- защита и укрепление психического и физического здоровья обучающихся, а также их эмоционального и социального благополучия;
- формирование в соответствии с принятыми в обществе и семье духовно – нравственными и социокультурными ценностями основ гражданской идентичности и мировоззрения;
- формирование базы учебной деятельности, которая включает в себя умение принимать, сохранять цели, следуя им в процессе решения учебных задач, планировать свою деятельность, контролируя ее процесс, и доводить до конца, а также адекватно оценивать результаты;
- создание для обучающихся специальных условий получения образования, учитывая их возрастные и индивидуальные особенности, а также склонности, что

способствует развитию способностей и творческого потенциала каждого обучающегося;

- обеспечение разнообразия организационных форм получения образования обучающимися с интеллектуальными нарушениями, учитывая их образовательные потребности типологические и индивидуальные особенности, а также состояние здоровья.

При реализации данных ориентиров образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями высокая эффективность успешного развития и социализации в будущем может быть обеспечена путем соблюдения принципам единства процессов обучения и воспитания, познавательного и личностного развития обучающихся, основанное на формировании базовых учебных действий.

V. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты:

Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и трудолюбие и упорство в достижении цели;

Оказание помощи сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

Характеристика явления (действий, поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и опыта;

Обнаружение ошибок при выполнении задания, отбор способов их исправления.

Общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

Организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования;

Анализ и объективная оценка результатов собственного труда; Видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях человека;

Оценка красоты осанки и телосложения, сравнение их с эталонным образцом;

Управление эмоциями при общении со сверстниками, сдержанность, рассудительность; технически правильное выполнение действий.

Предметные результаты:

планирование занятий ритмическими упражнениями в досуговой деятельности, при организации отдыха;

оказание помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий,

доброжелательное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

организация и проведение подвижных, музыкальных и ролевых игр и элементов танцев;

взаимодействие со сверстниками по правилам проведения музыкально – подвижных игр;

организации музыкально –исполнительской и танцевальной деятельности; выполнение танцевальных, ритмико-гимнастических и музыкально – исполнительских действий на высоком уровне.

К концу 2 класса учащиеся должны знать: -термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов); -термины, связанные с различными перестроениями; -названия различных танцевальных шагов (5-6 названий).

Должны уметь: -начинать и заканчивать движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы; -обращаться с 3-4 звучащими инструментами в отдельности; -передавать движением или на инструменте сильную и слабые доли такта; -свободно двигаться под музыку различного характера; -участвовать в 3-4 плясках.

VI. Содержание учебного материала.

Обучение ритмической культуре в классах коррекции обусловлено необходимостью коррекционных отклонений в развитии моторной и речемоторной деятельности обучающихся. Этот курс способствует совершенствованию двигательных навыков, пространственной ориентировке и координации обучающихся, улучшает их осанку, повышает жизненный тонус, что благоприятно сказывается на всей учебной деятельности детей с задержкой психического развития. С учётом этих особенностей целью программы по ритмике является: формирование и сохранение правильной осанки ребёнка; укрепление мышечного корсета средствами различных танцевальных движений; воспитание культуры движения с помощью музыкально-ритмических игр, повышение творческой активности и фантазии учащихся, средствами импровизации движений музыкально-ритмического характера; коррекция и развитие психомоторных способностей обучающихся с задержкой психического развития средствами музыкальной, двигательной и игровой деятельности, преодоление отклонений в психическом и физическом развитии

Задачи программы: Укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств учащихся. и повышения функциональных возможностей организма; Совершенствование жизненно - важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям, музыкально-двигательным навыкам (танцы, импровизации, музыкально – ритмические движения, общеразвивающие упражнения и т.д.)в Формирование общих представлений о музыкально – ритмической культуре, её значении, укреплении здоровья, эстетическом и физическом развитии. Развитие интереса к самостоятельным занятиям музыкально - ритмическими и физическими упражнениями, подвижными и музыкально-ролевыми играми, танцами, музицированием. Обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, музыкально – ритмическими упражнениями, игровой деятельностью, самоорганизованностью.

Базовым результатом образования в области ритмической культуры в классах коррекции является развитие личностных качеств обучающихся формирование у них универсальных способностей (компетенций): -умения

организовывать свою деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;-умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении цели;- умение доносить информацию в доступной, эмоционально –яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками.

VII. Реализация программы воспитания

Реализация воспитательного потенциала урока предполагает ориентацию на целевые приоритеты, учет возрастных особенностей обучающихся, ведущий вид деятельности, а так же их образовательные потребности и потенциальные возможности. Воспитательный потенциал урока реализуется через интеграцию получаемых знаний на уровень эмоционального переживания. Совокупность этих факторов в процессе организации обучения и воспитания обеспечивает:

- установление доверительных отношений между педагогом и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб педагога, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке (занятии) информации, активизации их познавательной деятельности;

- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогами) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

- разработка уроков, экскурсий, направленных на практикоориентированный подход, расширение образовательного пространства школьного предмета, воспитание любви к природе, родному краю. Проведение уроков за пределами школы: в окружающем образовательную организацию

лесном массиве, в детской районной библиотеке, зоопарке, краеведческом музее, на объектах социального назначения (швейная фабрика, автовокзал, магазины, хлебокомбинат);

- применение на уроке групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми. Применение на уроках (занятиях) таких форм как квесты, викторины, брейн – ринги, игры – провокации, игры – демонстрации и пр.;

- организация предметных, тематических декад с целью развития познавательной и творческой активности, раскрытия способности обучающихся с разными образовательными потребностями и индивидуальными возможностями;

- включение в урок игровых элементов, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний (двигательная активность на уроке, уроки – путешествия, турниры, викторины, сюрпризные моменты и пр.), налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока (поощрение, создание ситуации успеха, сотворчество, поручение важного дела и пр.).

Планируемые мероприятия:

Месячник гражданско-патриотического воспитания - сентябрь

Декада «Осенний калейдоскоп» - сентябрь

Декада «Праздник урожая» - сентябрь

Декада «Доброта, красота и здоровье» - октябрь

Месячник охраны природы - октябрь

Декада «Путешествие по страницам сказов П.П. Бажова» - октябрь

Туристико- краеведческая декада - октябрь

Декада «Путешествие по страницам сказов П.П. Бажова» - октябрь

Декада «Культурное богатство нашей родины» - ноябрь

Декада «На пороге Новый год» - декабрь

Неделя «Зимняя сказка» - декабрь

Декада «Дело мастера боится» -январь

День защитников Отечества - февраль

Неделя «В гостях у сказки» - февраль

Неделя «Весна без опасностей» - апрель

Декада «Никто не забыт, ничто не забыто» - май

Неделя «Береги природы!» - май

Посещение учреждений культуры (библиотеки, театры, музеи) - на протяжении учебного года.

IX. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Название темы и содержание	Кол-во часов	Дата
1.	Организационное занятие. Повторение правил групповой работы: правил поведения и техники безопасности на занятии	1	
2	Введение. Что такое ритмика	1	
3	Основные движения, понятия	1	
4	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп)	1	
5	Понятие о правой, левой руке; правой и левой стороне. Повороты и наклоны корпуса	1	
6	Музыкально-ритмические игры	1	
7	ОРУ. Ходьба с координацией рук и ног	1	
8	Движения на развитие координации. Бег и подскоки	1	
9	Движения на развитие координации. Бег и подскоки	1	
10	Элементы асимметричной гимнастики. Упражнения для развития тела	1	
11	Движения по линии танца.	1	
12	Перестроение для танцев	1	
13	Музыкально-ритмические игры	1	
14	Элементы асимметричной гимнастики	1	
15	Разучивание разминки	1	
16	Пальчиковая гимнастика: разучивание комплексов пальчиковой гимнастики с речевым сопровождением.	1	
17	Упражнения на формирования правильной осанки и свода стопы и профилактика их нарушений:	1	
18	Разучивание комплексов упражнений на формирование правильной осанки.	1	
19-20	Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия	2	
21-22	Упражнения для улучшения коленных суставов	2	
23	Упражнения для развития правильной осанки	1	
24	Упражнения на расслабление мышц. Игра «Замри»	1	
25	Упражнения для развития плавности и мягкости движений	1	
26	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук	1	
27	Упражнения для профилактики плоскостопия	1	
28	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	1	
29-30	Сюжетно-игровые занятия	2	
31-32	Игры с пением и речевым сопровождением	2	
33-34	Игровой самомассаж: разучивание комплексов самомассажа	2	
35	Контрольный урок	1	

IX. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Учебно-методический комплект.

- Колодницкий Г.А. «Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры»: метод. пособие. - Москва, Дрофа, 2003 г.

- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. «Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе». - Москва: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003 г.

- Чизбру М., «Йога для ваших детей». – Попурри, 2008г.

- Чен Э., «Метод «сиамских близнецов» при обучении детей с двигательными расстройствами». – Инкам, 2005г.